Opłata pocztowa uiszczona ryczałtem.

Rocznik IV. Warszawa Częstochowa—Krynica Nr. 3—1931.



MIESIĘCZNIK ILUSTROWANY — ORGAN POŚWIĘCONY PROPAGANDZIE ZASAD ZDROWIA I HIGIENY,
z dod. bezpł.: „PRZYJACIEL ZDROWIA“ i „LEKARZ DOMOWY“.

Redaktor i Wydawca **Lekarz-D-ta Michał Grejniec** **w Częstochowie,** Aleja M. Panny № 10, tel. 2-50.

WARUNKI PRENUMERATY.
Rocznie z przesyłką pocztową 6 złotych
We Francji 40 fr., w Ameryce 2 dol. rocz
Zmiana adresu 50 gr.

Konto Czekowe Pocztowej Kasy Oszczędnościowej Nr. 15-960.

Adres Redakcji i Administracji:
WARSZAWA, ul. Złota Nr. 23 m. 3.
Telef. 65 – 02. Skrzynka pocztowa Nr. 729.

w Częstochowie informacji udziela się:
ul. Panny Marji 10, Tel. 250 we wtorki i piątki od 7—8 w.

w Krynicy (podczas sezonu letniego) inf. udziela się: ul. Kraszewskiego d. p. Szwarca (pokój Nr. 21) we wtorki i piątki 3—6 w.

CENA OGŁOSZEŃ:
Za wiersz milimetr. na I-ej str. i
4 szpalt. { w tekście . . . . . 60 gr.
{ za tekstem . . . . . 50 „
Za treść ogłoszeń redakcja **nie** odpowiada.
Cena pojedyńczego numeru **50 gr.**

Ogłoszenia dla „CZYSTOŚCI" przyjmują wszystkie Biura Ogłoszeń w Polsce i Zagranicą.

OD REDAKCJI.

Wszyscy przyjaciele i sympatycy „Czystości“ ucieszą się niezawodnie, widząc, iż zeszyt Marcowy ukazał się **regularnie,** w czasie właściwym.

Szeroki ogół bardzo mało wie, kto się w Polsce przyczynia ku wprowadzeniu urządzeń sanitarnych w miastach i po wsiach. — Staramy się wskazać, kto, co i jak uczynił!

Podobizna poniższa przedstawia nam Mag. Inż. Zygmunta Rudolfa, który studjował w Ameryce w Uniw. Harwarda u prof. Wipple'a sanitarję miejską, następnie zaś objął katedrę tej wiedzy w Państwowej Szkole Hygjeny w Warszawie. — Artykuł tegoż autora wyjaśni nam zasady inżynierji sanitarnej.



Inż. Mag. Z. Rudolf.

Inż. Mag. Zygmunt Rudolf (Warszawa).

Higjena i inżynierja sanitarna.

Termin — inżynierja sanitarna - wymaga pewnego objaśnienia.

W języku polskim trudno znaleźć krótsze określenie. W angielskim języku używa się często jednego wyrazu „sanitarion“, który w języku polskim nie ma odpowiednika. Wyrazy takie jak zdrowotność, uzdrowienie, nie ujmują całokształtu zagadnienia.

Wyraz „sanitarny“ jest łacińskiego pochodzenia, oznacza „tyczący się utrzymania zdrowia i zapobiegania chorobom“, a gdy przypomnimy sobie, jak to Rzymianie dbali o zdrowie, budując akwadukty, kanały i kąpieliska publiczne, jest rzeczą jasną, że winniśmy używać wyrazu „sanitarny“ w związku ze sprawami otoczenia. które mają wpływ na zdrowie ludzkie. Dlatego też „inżynierja sanitarna“ może być nazwana także higieną otoczenia. Wyraz „higiena“ jest greckiego pochodzenia i oznacza naukę o zachowaniu zdrowia, a jeżeli sobie uprzytomnimy, jak starożytni Grecy dbali o zdrowie, jak zwracali uwagę na indywidualny rozwój fizycznego piękna i siłę, nie będzie dziwnem się wydawało, gdy wyraz „higiena“ będziemy łączyć z temi

osobistemi zabiegami, które mają związek ze zdrowiem. Lecz higiena i inżynierja sanitarna nie mają nigdy być rozdzielone, mają one jedną wspólną podstawę, naukę o zdrowiu, lecz są to dwie sztuki: jedna, zwana dziś „medycyną zapobiegawczą“ należy do lekarzy, którzy mają do czynienia z ludzmi; druga — to inżynierja sanitarna która ma do czynienia z planowaniem miast, z budową wodociągów i kanalizacji, z wentylacją i ogrzewaniem, ze sprawą higieny mieszkań i osuszania terenów i t. d. Zagadnienia te winny być ujęte w sposób praktyczny i ekonomiczny. Ze współpracy tych dwóch ważnych gałęzi wiedzy: medycyny i inżynierji można się dopiero spodziewać racjonalnego rozwoju akcji zdrowotnej. W niektórych krajach inżynierami sanitarnemi nazywa się często instalatorów urządzeń wodociągowo - kanalizacyjnych, ogrzewniczych i wentylacyjnych, lecz w tych krajach występuje już silne dążenie, by wyrazu tego nie nadużywać. Niewątpliwie należy rozumieć inżynierję sanitarną, jako dział na poziomie akademickiego wykształcenia.

Dawniej, gdy nieznane były dzisiejsze teorje o przenoszeniu się chorób, brud sam w sobie uważany był za czynnik niebezpieczny. Gdy później odniesiono powstawanie po szczególnych chorób do specyficznych zarazków, które nietylko są żywe, ale mają różne sposoby życia i są w różny sposób przenoszone od jednej osoby do drugiej, zagadnienie czystości zaczęto rozpatrywać z innego punktu widzenia. Akcja higienistów stała się bardziej specjalną i skierowana jest na walkę z bakterjami.

Nowoczesn inżynierja sanitarna nie myśli tylko o utrzymaniu ogólnej czystości w miastach i mieszkaniach, lecz przedewszystkiem myśli o wodociągach i oczyszczaniu wody ze względu na zabezpieczenie ludzi przed chorobami takiemi, jak cholera, dur brzuszny i czerwonka, o kanalizcji i oczyszczaniu ścieków o usuwaniu śmieci i ich unieszkodliwieniu o czystości ziemi, wód i powietrza i t. p. W Ameryce zalicza się tu także dostateczne oświetlenie i wentylacja fabryk i kopalń, przechowywanie i sprzedaż produktów spożywczych, ochrona czystości mleka i t. p.

Jednem słowem „inżynerja sanitarna“ obejmuje, mówiąc najszerzej, czystość i bezpieczeństwo życia człowieka.

Dr. Czesław Wroczyński (Warszawa). (Ciąg dalszy, patrz Nr. 2).

Międzynarodowa Wystawa Hygjen. w Dreznie.

W Polsce proces spadku urodzeń w miastach postępuje równie szybko, jak w Niemczech.

Przedstawieniem całokształtu organizacji różnych dziedzin ochrony zdrowia publicznego i zdobyczy na polu zdrowotności publicznej zajęły się kraje niemieckie i miasta.

Ciekawe są pawilony ubezpieczeń społecznych, hygieny ubrania, a nawet oddzielny pawilon przesądów i zabobonów.

Państwowy urząd zdrowia daje pogląd na rozwój służby zdrowia w ciągu ostatniego stulecia. W wielkiej poważnej sali, tak zwanej rotundzie, mieści się okrągły model w kształcie stołu, na którym w postaci dwudziestu odcinków powierzchni koła zgrupowane są wszystkie najważniejsze zagadnienia zdrowotne. Na każdym odcinku uwidocznione są daty postępów, osiąganych w ostatnim stuleciu, ustaw wydanych a wreszcie program pracy na najbliższą przyszłość. Każdy dział podzielony jest na okresy dwudziestoletnie, co umożliwia każdorazowe porównanie rozwoju zagadnienia w tej samej epoce.

W długim szeregu przyległych sal każdy dział jest rozwinięty szczegółowo z uwzględnieniem rozwoju historycznego, stanu obecnego, znaczenia społecznego dat statystycznych, wyników osiągniętych i organizacji.

W organizacji urzędów służby zdrowia dwa hasła naczelne są wszędzie dobitnie podkreślone: konieczność prowadzenia celowej i konsekwentnej polityki zdrowia — drogą ujmowania całokształtu zagadnienia a więc z punktu widzenia administracyjnego, dążenie do scentralizowania pod jednem kierownictwem spraw zdrowia, obejmujących hygienę publiczną, opiekę społeczną, hygienę szkolną, szpitalnictwo, walkę z chorobami zakaźnemi i społecznemi.

Drugim hasłem jest współpraca „Arbeits Gemeinschaft“ wszystkich zainteresowanych czynników na polu zdrowotności publicznej.

Pawilon Bawarji jest cały poświęcony tej współpracy i jej wynikami. Tworzą się związki celowe, podejmujące rozwiązanie zagadnień takich, jak walkę z gruźlicą, opiekę nad dzieckiem i t. p. Niemieckie Kasy chorych wkroczyły już na drogę profilaktyki i ochrony zdrowia jako jeden z najpotężniejszych czynników. *(Dok nast.)*

KOR. Z KRÓLEWSKIEJ HUTY

Odbyło się u nas posiedzenie miejscowego Komitetu Walki z gruźlicą. Udział w zebraniu wzięli pp. lekarze z Kasy Chorych, Zakładu Ubezpieczeń Społ., Spółki Brackiej z Tarn. Gór i inni działacze miejscowi. W toku dyskusji poruszono sprawę leżanek dla gruźlików. Dla zwalczania niebezpieczeństwa gruźliczego uchwalono umieścić w lokalach publicznych tablice z napisem: „Spluwaj do spluwaczki, nie roznoś chorób!“ Równocześnie wydane będą wszystkim publicznym lokalom spluwaczki, a więc restauracjom, zakładom fryzjerskim, rzeźnickim, piekarskim, gmachom publicznym i t. d. Rzucono także myśl, aby w szkołach utworzono osobne kółka młodzieży, któreby uświadamiały sobie całą grozę niebezpieczeństwa gruźliczego.

Zajmowano się też sprawą opłaty za naświetlanie dzieci lampami kwarcowemi. Projekt opłat upadł większością głosów i uchwalono nadal nie pobierać żadnych opłat za naświetlanie. Podano do wiadomości otwarcie nowej stacji przeciwgruźliczej. Magistrat w tym celu dał Komitetowi do dyspozycji bezpłatnie 6 ubikacji w dawniejszym Urzędzie Technicznym przy ul. Bytomskiej 11, oraz miasto kosztem 12 tysięcy złotych przebudowało i wyposażyło stację tą we wszelkie potrzebne przybory. Stacja ta będzie dobrodziejstwem dla chorych na gruźlicę.

„CZYSTOŚĆ”

z Dod. bezpł. „Przyjaciel Zdrowia“ oraz „LEKARZ DOMOWY“.

Rocznie zł. 6. — P. K. O. Nr. 15-960. Zagr. Dol. 2. — Warszawa, Skrz. p. Nr. 729.
W Częstochowie bliższych informacji udziela Red. Lekarz - D-ta Michał Grejniec, Al. N. Marji Pan ny 10, telef. 2-50.
Zastępcy wszędzie poszukiwani!
Nr. wzorowy wysyłamy po otrzymaniu 50 gr. w znaczkach poczt., na żądanie i gratis.

Dr. Marjan Zachert, Warszawa.

Jak zakażamy się jaglicą?

Przyczyną jaglicy są zarazki, które znajdują się w wydzielinie (ropie) i łzach, wydobywających się z oczu chorych.

Dla wywołania jaglicy niezbędne jest, aby zarazki jaglicze dostały się do oka.

W jaki sposób zarazki te mogą dostać się do zdrowych oczu?

Są dwie drogi do stania się zarazków do oczu: droga bezpośrednia, gdy wydzielina chorobowa wraz z zarazkami wprost z oka osoby chorej wpryśnie do oka osoby zdrowej i droga pośrednia, gdy zostanie przeniesiona za pośrednictwem jakiegoś przedmiotu, który wcześniej został zanieczyszczony wydzieliną chorobową.



Tak się zakaża oko brudnemi palcami!

Zakażenie bezpośrednie przez wpryśnięcie wydzieliny zdarza się naogół rzadko i przytrafia się przeważnie lekarzom i osobom opatrującym chorym; z racji swego obowiązku muszą oglądać zbliska oczy chore i przez to narażeni są na możliwość takiego zakażenia.

Zakażenie bezpośrednie jest zwykle bardzo jadowite i wywołuje ciężkie schorzenie. W celu ustrzeżenia się przed takim zakażeniem, osoby opatrujące chorych na jaglicę i na inne zakaźne choroby oczu, winny bezwględnie nosić okulary ochronne.

Zakażenie pośrednie jest powszechne t. zn. przeważna część chorych ulega zakażeniu na skutek wprowadzenia do oka zarazków za pośrednictwem jakiegoś przedmiotu. Najczęstszemi przedmiotami, za pośrednictwem których zarazki przeniesione zostają do oczu są przedewszystkiem nasze własne palce, któremi dotykamy często oczu, później chustki do nosa i ręczniki, któremi wycieramy oczy i woda, którą zmywamy twarz i oczy, i wiele innych przedmiotów, któremi dotykamy naszych oczu, a które wcześniej mogły być zanieczyszczone wydzieliną chorobową.

Zakażenie na tej drodze dochodzi do skutku najczęściej przy naszym niejako współudziale t. j. ze sami danym przedmiotem zakażonym dotykając oczu powodujemy ich zarażenie. Ale może się zdarzyć zakażenie, któremu winna jest inna osoba, chory, lub osoba trzecia. Bywa to wtedy, gdy chory niebaczny na nauki lekarza, dotyka swojemi zanieczyszczonemi rękami oczu swoich dzieci lub innych osób, albo też wyciera ich oczy swoją chusteczką, lub ręcznikiem. Często też osoba trzecia przez nieświadomość może zakazić inne osoby, dając im do użytku przedmioty (ręczniki, chustki i t. p.) zanieczyszczone przez chorych.

Takie zakażenie mimowolnie popełniają niekiedy matki, które np. wycierają dzieci ręcznikiem używanym przez ojca, który ma jaglicę.

Jest jeszcze jeden czynnik, który pośredniczy przy zakażeniu jaglicą: to są muchy. Muchy, zwłaszcza w porze letniej, kiedy natarczywie poszukują wilgoci, często

siadają na powiekach i w kątach oczu. Mogą one łatwo w ten sposób zarazki z oka chorego zebrane na swoich łapkach przenieść do oka innej osoby i zakazić je. Ten sposób szerzenia się u nas jaglicy ma pewne znaczenie na wsiach, gdzie jest dość dużo much, zwłaszcza w porze letniej.

—)x(—

KRONIKA.

Otrzymaliśmy **Komunikat IV-go Zjazdu Polskiego Towarzystwa Ginekologów,** który poniżej zamieszczamy:

Krakowskie Towarzystwo Ginekloogiczne donosi, że miejscowy Komitet urządzenia IV-go Zjazdu Pol. Tow. Gin. zorganizował się definitywnie. W myśl uchwały Krak. Tow. Gin. z u. r. gospodarzem Zjazdu został prezes Krak. Tow. Gin., Doc. Dr. January Zubrzycki, sekretarzem Zjazdu Doc. Dr. Tadeusz Keller. Inni członkowie Komitetu Zjazdu objęli kierownictwo poszczególnyh sekcyj Zjazdu.

IV-ty Zjazd Pol. Tow. Gin. odbędzie się w dniach od 28-go do 30-go czerwca 1931 r. w Krakowie w salach Kliniki neurologicznej U. J.

Tematy programowe w myśl uchwały Walnego Zgromadzenia Tow. Ginek. Pol. są następujące: I. Zaburzenia jajeczkowania a krwawienia miesiączkowe (Kraków), II. Hormony płciowe (Warszawa). III. Czy zachodzi potrzeba rewizji wskazań do cięcia carskiego (Lwów).

Wszelkie zgłoszenia referaów na Zjazd, związanych z tematami programowymi i luźnych, proszę kierować do dnia 15-go maja b. r. pod adresem Komitetu IV-go Zjazdu Pol. Tow. Gin. w Krakowie Klinika położniczo-ginekologiczna U. J. Kopernika 7. Tamże należy kierować wszelkie zapytania.

W dniach Zjazdu, w lokalu zjazdowym urządzona będzie wystawa lekarsko-farmaceutyczna. Zakłady i firmy, reflektujące na uzyskanie miejsc dla swych eksponatów, zechcą również zgłosić się pod adresem Komitetu najpóźniej do dnia 1-go czerwca b. r. Wcześniejsze zgłoszenia pożądane.

Komitet projektuje w ramach Zjazdu cały szereg wycieczek do miejsc klimatycznych, udogodnienia kwaterunkowe oraz zniżki kolejowe.

Równocześnie przypominamy uchwałę Pol. Tow. Gin. z dnia 28-go września 1929 roku w myśl której skład Wydziału Pol. Tow. Gin. jest następujący:

Prezes: vacat, zastępca prezesa Prof. Dr. Władysław Jakowicki, pierwszy sekretarz Doc. Dr. Tadeusz Keller, drugi sekretarz Dr. Wacław Zaleski, skarbnik Dr. Bruno Wojciechowski, członkowie zarządu: Dr. Ada Markowa, Dr. Jan Szancenbach, Doc. Dr. Józef Szymanowicz, Doc. Dr. January Zubrzycki, członkowie komisji rewizyjnej: Dr. Adam Ackerman, Dr. Ludwik Friedmann, Dr. Tymoteusz Piotrowski.

Pozatem uchwalono, że członkowie Pol. Tow. Gin. zobowiązani są do składania 10 zł. rocznie na rzecz Pol. Tow. Gin. Składkę mają zbierać Skarbnicy poszczególnych Towarzystw Gin. i przekazywać skarbnikowi Pol. Tow. Gin.

Gospodarz Zjazdu:
(—) Doc. Dr. January Zubrzycki.
Sekretarz Zjazdu:
(—) Doc. Dr. Tadeusz Keller.

— **Higiena przymusowa.** Niektórzy lubią moczyć znaczki pocztowe językiem, co nieraz wywołuje krosty i nawet raka na języku lub wardze.

Aby odzwyczaić niepoprawnych od tego nawyku, franc. ministerstwo poczty zastosowało do znaczków klej gorzki.

Przydało by się to i u nas!

— **Wydział Racjonalnego Żywienia** utworzony został przy Warszawskiem Towarzystwie Higienicznem z następ. programem działalności:

1) Zjednoczenie wszystkich organizacji lekarskich i społecznych, zainteresowanych w racjonalizacji żywienia, celem przeprowadzenia badań naukowych dla rozwiązania tego problemu,

2) Propaganda racjonalnego żywienia przy różnych warunkach wewnętrznych organizmu,

3) Współpraca ściśle z organami państwowemi, wojskowemi i samorządowemi.

Na inauguracyjnem zebraniu wygłoszony został odczyt przez Dr. med. Prof. Jana Rapczewskiego p. t. „Problemat żywienia w świetle ekonomji i fizjologji".

KORESPONDENCJE

Z KATOWIC.

Tutejsza Spółka Bracka wydała niedawno okólnik, w którym wylicza lekarzom, za jaką kwotę zapisali lekarstw przeciętnie w jednym miesiącu na głowę chorego. Okazuje się, że kwoty te są niezwykle niskie, bo u „najdroższego" z lekarzy wypadają koszta receptury na miesiąc na jednego chorego tylko 8.50 zł.

Okólnik ten ma charakter „czarnej" listy, ponieważ zestawiono w nim lekarzy kolejno według kosztów recept, i dodano zapowiedź, że lekarze, u których w przyszłości koszta całej miesięcznej receptury u jednego chorego przekroczą 5 zł., a więc ci, którzy leczą lepszemi środkami, zostaną bezwzględnie zwolnieni.

Spółka Bracka widocznie chce, aby leczono ludzi wodą, gdyż, jak wiadomo najtańsze lekarstwo kosztuje ok. zł. 1.50.

Podobno lekarze postanowili ten okólnik Spółki Brackiej wywiesić w poczekalniach, aby skierować słuszne oburzenie robotników we właściwym kierunku.

„Oszczędności" Spółki Brackiej idą jednakże jeszcze dalej. **Niektórzy lekarze otrzymali upomnienie, grożące represjami, o ile nie zmniejszą liczby przechodzących na emeryturę. Więc znów mają stać się** lekarze narzędziem do krzywdzenia **schorzałych robotników? Cóż na to związek lekarzy? Cóż na to starsi bractwa, których obowiązkiem dbać o dobro ubezpieczonych?**

Oszczędności czynione kosztem zdrowia ludzi nie odpowiadają chyba idei Spółki Brackiej.

Przypuszcza się, że okólnik powyższy będzie skasowany.

Dział czynu szlachetnego.

Dział ten notuje wszelkie czyny ofiarne i szlachetne na rzecz ogółu, jednostki, wiedzy lub idei.

Prosimy naszych Sz. Czytelników o wszelkich tego rodzaju faktach za wiadamiać nas niezwłocznie.

Uczeń VII klasy gimnazjum m. Koła odznaczony za uratowanie trzech tonących kolegów.

W sali gimnazjum państwowego w Kole starosta miejscowy p. Korycki udekorował medalem za ratowanie ginących ucznia VII klasy Józefa Kołodziejczyka, który swego czasu z narażeniem własnego życia uratował trzech tonących w rzece kolegów.

Całe gimnazjum urządziło bohaterskiemu koledze serdeczną owację.

KRONENBERCZYCY.

Obiecaliśmy, w miarę otrzymywania fotografji, — zamieszczać życiorysy i podobizny wychowańców tej Wyższej Uczelni Polskiej, której wychowańcy odznaczyli się na wszystkich prawie polach pracy społecznej rzetelną, uczciwą i owocną pracą.

Mówić tu będziemy o znanym powieściopisarzu i dramaturgu Stefanie Krzywoszewskim, red. tygodnika „Świat".

Stefan Krzywoszewski, ur. w r. 1866 w ziemi kieleckiej, poświęcił się zawodowi pracy literackiej i publicystycznej w 1897 r. Odbył długie, blisko dziesięcioletnie studja zagraniczne, — w Paryżu, Berlinie i Wiedniu. W r. 1906 wraca do Warszawy i zakłada „Świat", który po dziś dzień prowadzi.

W pierwszych latach swej działalności literackiej Krzywoszewski poświęca się powieści i noweli. Owocem tej pracy są dwie powieści: „Zmierzch" i „Pani Jula", — która doczekała się paru wydań i zyskała dużą popularność. Prócz tego wydaje dwa tomy nowel: „W walce życiowej" i „Rusałka".

W 1902 r. Krzywoszewski debiutuje jako autor dramatyczny. Pierwsza jednoaktówka, którą wystawia w warszawskim teatrze Rozmaitości, zwraca nań uwagę krytyki i czyni zeń ulubieńca publiczności. Odtąd każda nowa sztuka. to nowe powodzenie. Ogółem Krzywoszewski napisał około 20 sztuk



teatralnych, które w samej tylko Warszawie wypełniły z górą 1000 wieczorów, a na prowincji przynajmniej dwa razy więcej. Grają jego sztuki w Rosji, w Czechosłowacji, w Wiedniu. Największe powodzenie zdobywają: „Edukacja Bronki“, „Aktorki“, „Przywódca“, „Djabeł i Karczmarka“, „Zmartwienia Pana Hammelbeina“, „Głuszec“, „Pan Minister“, „Walka“ (Rewolucja 1830 r.), „Panienka z Dancingu“. Ostatnim jego utworem jest komedja karnawałowa p. t. „Noc Sylwestrowa“, którą świeżo wystawił Warszawski Teatr Letni, a która wstępnym bojem osiągnęła olbrzymi sukces.

Obchodził on niedawno 25-cio lecie pracy literackiej.

Na jubileusz przybyli przedstawiciele rządu, prasy oraz wszystkich prawie zrzeszeń literackich i dziennikarskich Polski i zagranicy.

Niech nam żyje długie, długie lata!

Lekarz-D-ta Michał Grejniec (Częstochowa).

O ZĘBACH SZTUCZNYCH.

Zęby sztuczne bywają różnych systemów i wykonywane są albo w oprawie kauczukowej t. zw. zęby do wyjmowania, na podniebieniu albo też w oprawie złotej i nazywają się wtedy mostkami.

Bywają też zęby wprawiane na podniebieniu w oprawie złotej, lecz, zdarza się to w obecnych warunkach zubożenia ogólnego — rzadziej. Gdy brak większej ilości zębów, lub gdy wogóle w ustach zębów niema — wprawia się zęby w oprawie kauczukowej.

Niektórzy myślą, że jak się niema zębów w ustach, to już i wprawić sztucznych nie można, bo nie będą miały się gdzie trzymać.

Otóż jest to pogląd fałszywy, bo zęby górne i dolne w ustach bezzębnych, t. zw. protezy pełne, jeżeli są dobrze zrobione, trzymają się doskonale.

Miljony ludzi dzięki tym pełnym protezom doskonale mogą jeść wszelkie potrawy i przedłużają swój żywot o ładne kilka, a czasem i kilkadziesiąt lat.

Nie powinni więc starzy ludzie rezygnować z możności przeżuwania pokarmów za pomocą sztucznych

Nie wprawiając sobie zębów, czynią tacy ludzie grzech wobec swego zdrowia i życia.

Starzy rodzice czasami mówią, „co mi tam po zębach, i tak niedługo umrę“ —.

Dzieci zaś, które nie chcą być sierotami i chcą przedłużyć żywot rodziców swych o jakie 15 — 20 lat, — stanowczo powinny skłonić rodziców do wprawienia zębów.

Bardzo często się obserwuje fakty, że po wprawieniu zębów znikają różne choroby **kiszek, żołądka**, wątroby, nerek, a nawet i choroby płuc i serca, jak również choroby nerwowe. Zrozumiałe to przecież dla każdego, bo organizm się staje silniejszy i odporniejszy na wszelkie dolegliwości.

Obserwowano nawet poprawę wzroku i większą moc w kończynach.

Na rysunku poniższym widzimy, jak wyglądają zęby sztuczne dla ust bezzębnych.



Wyjęcia korzeni przed wprawieniem nie należy się zupełnie obawiać, bo zręczny lekarz - dentysta zrobi to — bez bólu prawie.

Zęby sztuczne w kauczuku bywają różnych gatunków, kauczuk też bywa różny. Należy się przeto bardzo wystrzegać **partaczy dentystycznych, bo oni wkręcą byle co,** — często szkodliwe dla zdrowia.

Do zębów tych trzeba się przyzwyczaić i kilka razy czasami trzeba się zgłosić do lekarza - dentysty, aby mieć z nich pożytek odpowiedni.

Partacz zaś wylakieruje je możliwie lepiej, a gdy trzeba poprawić, zwykle się ulatnia.

Opowiem Wam fakt następujący: Jedna pani, jak również pracująca u niej służąca, miały sobie wprawić zęby. Pani, **zbyt chciwa,** dała się namówić przez jakiegoś partacza, aby u niego sobie dała zrobić protezę.

Nie bacząc na możliwość zarażenia się, poszła do partacza, myśląc, że na tem coś zyska. Służąca zaś powiedziała, że **ma ciężko zapracowane pieniądze** i nie może ich wyrzucić na bruk, narażając swe zdrowie. Koniec był taki:

Pracownica ma protezę w cenie przystępnej, bo policzyłem jej przystępnie, i nosi ją już kilka lat.

Ta pani zaś miała **marny** koniec, proteza była z najlichszego materjału i słono zapłacona, bo ci partacze **nie liczą zupełnie taniej.** Zęby się łamały bardzo prędko. Musiała więc przyjść i zrobić nowe. Miała więc koszt podwójny, nie mówiąc już o zakażeniu w ustach, które musiano leczyć prawie pół roku.

LEKARZ DOMOWY.

W. P. Inż-wej M. K. w Poznaniu. Pyta się W-na Pani Inżynierowa, jak należy ścielić dziecku, aby wyrosło prosto i nie miało garbu w wieku późniejszym, chętnie odpowiadamy W. P. i prosimy się przyjrzeć rysunkowi poniższemu.

Takiego rodzaju ścielenie łóżeczka, niby to miękkie i wygodne — jest nieprawidłowe.

Wywołuje ono krzywicę kręgosłupa i wygięcie karku.

Później muszą rodzice b. dużo czasu, sił i... pieniędzy poświęcić, aby skutki zbytniej czułości... wyrównać.

W N-rze następnym również na rysunku uwidocznimy, jak trzeba prawidłowo ścielić łóżeczko dziecka.



Do Lekarzy-Dentystów w Polsce!

Podjęliśmy starania w Zarządach Zdr· Krajowych, aby lekarzom-dtom, jako lekarzom, którzy najpierw dostrzegają u pacjentów choroby przemiany materji (cukrzyca, artretyzm i t. p.) udzielano **tych samych ulg,** co i lekarzom ogólnym.

Jednym z pierwszych przyjął naszą propozycję **Zarząd Zdrojowiska w Inowrocławiu.**

Dla otrzymania tych ulg wystarcza dowód osobisty, dyplom lub ewen. zaświadczenie red. „Czystości“ — Dalsze starania są w toku, o wyniku — zawiadomimy!

Dokładniejszych informacji udziela Adm. Czystości“ (znaczki na odpowiedź!)

Warszawa, skr. poczt. 729, lub Częstochowa, skrz. poczt. 104.

Odp. Administracji.

W. P. S. C. w Lublińcu. Owszem w Częstochowie ordynuje 3-ch okuistów, a mianowicie: Dr. Tadeusz Lewkowicz, Strażacka 13, Dr. Józef Marczewski, Kilińskiego 19, Dr. Jan Skotnicki, II Aleja 20.

W. P. Komend. Post. Pol. Państw. w Rudniku Wieluńskim. Osobnik, który przyjmuje chorych na zęby u M. Rubinsztejna nie jest dentystą, lecz **partacz**, wyrzucony z Żarek za różne sprawki. Przyrządy na zas. art. 139 K .K. należy skonfiskować i pod eskortą do Wielunia go odesłać.

W. P. S. C. w Łomży. Lekarze Dentyści leczą wszelkie choroby jamy ustnej i szczęk. **Wprawiają** zęby sztuczne, korony i mostki. Regulują też krzywo rosnące zęby. Lekarze - dentyści wprawiają zęby nawet tym osobom, które nie mają w ustach ani jednego zęba.

Partaczom zaś różnym wierzyć nie należy i do swoich ust dopuszczać nie trzeba, bo to grozi zdrowiu i... kieszeni.

Redaktor i Wydawca: MICHAŁ GREJNIEC. Czcionkami i drukiem F. D. Wilkoszewskiego w Częstochowie, III Aleja 52.